UENO dispensing pharmacy

ウエノ薬局 ほっと通信

We offer the bright future with health.

vol. 195 2026.12

年末年始、お薬は「何日分」残っていますか？

～お休み前に確認したいお薬のポイント～

年末が近づくと、大掃除やお正月の買い出し、帰省の準備などで何かと忙しくなります。そんなときに、ひとつ確認しておきたいのが、いつも使っているお薬の残りです。「まだ少しあるから大丈夫」と思っていたら、お薬がなくなる日が、かかりつけの医院や薬局のお休みと重なることもあります。今月号では、年末の受診やお薬の受け取りから、帰省中の持ち運び、もしものときの相談先まで、年末年始に知っておきたいお薬の話をまとめました。

「何日分あるか？」で確認

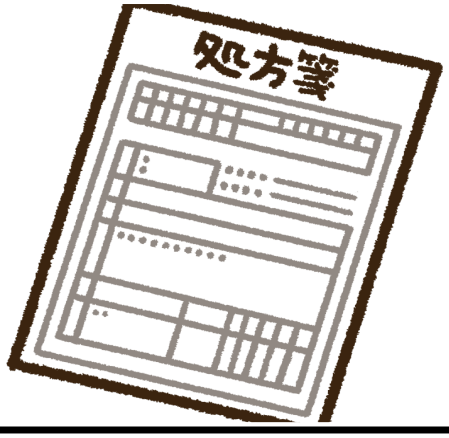


たとえば、朝と夜に１錠ずつ飲むお薬が10錠残っていれば、あと５日分です。何種類か使っている方は、一つずつ残りを確認してみましょう。飲み薬は十分あっても、毎日使う目薬や吸入薬、貼り薬が先になくなることがあります。残量が分かりにくいお薬は、薬局でお尋ねください。残りの日数が分かったら、カレンダーに**「最後のお薬を使う日」と「次のお薬を受け取る日」**を入れてみましょう。受診の予約日だけでなく、薬局へ行ける日まで足りるかを見ておくと安心です。ご家族のお薬を管理している方は、帰省や来客で忙しくなる前に、ご本人と一緒に確認しておきましょう。

受診の予定は病院と薬局

かかりつけの医院と薬局では、年内の最終日や年明けの開始日が異なることがあります。次にお薬を受け取る日まで足りなくなりそうなときは、早めにかかりつけの医療機関へ連絡し、受診日をご相談ください。一方、飲み忘れや処方の変更でお薬が余っているときは、受診時に薬の名前と残りの数を伝えましょう。数えるのが難しい場合は、薬袋ごと薬局にお持ちいただいても大丈夫です。残りをもたせようと、自己判断で服用回数を減らしたり、お薬を中断したりせず、処方した医師や薬剤師にご相談ください。

処方箋の有効期限



保険診療で発行される処方箋は、医師が別の使用期間を記載した場合を除き、発行された日を含めて４日以内が使用期間です。土日、祝日、年末年始のお休みも日数に含まれます。電子処方箋も同じです。たとえば、12月28日に発行された処方箋は、通常、12月31日までです。薬局が12月30日からお休みなら、その薬局で年内に受け取るには、12月29日までに持参する必要があります。年末に受診したときは、処方箋を受け取ったら早めに薬局へお持ちください。

帰省や旅行には、お薬とお薬手帳を一緒に



出発日の朝から帰宅日の夜まで、どのお薬をいつ使うか思い浮かべながら荷造りすると、持ち忘れを防ぎやすくなります。薬の名前や使い方が分かるよう、薬袋やお薬の説明書も一緒に持っていきましょう。帰省先や旅行先で急に受診することになったときは、お薬手帳が役立ちます。紙のお薬手帳をお使いの方は忘れずに持参し、スマートフォンで管理している方は、最新のお薬の記録を表示できるか確認しておきましょう。冷蔵で保管するよう指示されたお薬は、持ち運ぶときも凍らせないよう注意が必要です。移動時間が長い場合は、出発前に薬剤師に保管方法をご相談ください。

食事の時間がずれたら



朝食と昼食が一緒になったり、外出先で夕食が遅くなったりと、お正月はいつもの生活リズムが変わりがちです。食事の時間がずれたときや飲み忘れたときの対応は、お薬によって異なります。飲み忘れに気づいても、自己判断で２回分をまとめて飲むことは避けましょう。「朝食を取らなかったら、朝のお薬はどうする？」「帰省先でお酒を飲む予定があるけれど、いつものお薬は大丈夫？」など、気になることは年内の受診やお薬の受け取りの際にご相談ください。

大掃除の時に・・・

救急箱にある市販薬は、箱に書かれた使用期限と、開封後の保管方法を確認しましょう。開封後の取り扱いは商品によって異なります。いつ開けたか覚えていない目薬や、名前が分からなくなったお薬は、使う前に薬局へご相談ください。以前処方されたお薬を、似た症状が出たときに自己判断で使ったり、ご家族に渡したりすることは避けましょう。お孫さんや小さなお子さんが遊びに来るご家庭では、お薬の置き場所も見直してみてください。普段は大人だけで過ごす家でも、テーブルや床に置いたバッグの中のお薬に手が届くことがあります。来客前に、お子さんの手が届かない場所に移しておきましょう。

夜間や休日の受診



山梨県内で急な病気やけがをしたとき、今すぐ受診したほうがよいか、救急車を呼ぶべきか迷った場合は、**救急安心センターやまなし（#7119 または 055-223-1418）**に相談できます。お子さんの急な病気やけがは**山梨県小児救急電話相談（#8000 または 055-226-3369）**も利用できます。休日当番医は、お住まいの市町村のホームページなどで確認し、受診前に電話で診療時間や受け入れ状況をご確認ください。

ほっと通信からお知らせ

●ご意見ご感想をお寄せ下さい。この新聞はウエノ薬局グループにより手作りで作成しています。

私たちは、皆様に安心できるお薬を提供し
健康的な生活に貢献出来ますよう日々励んでおります

ウエノ薬局
TEL055-222-2131
ウエノさくら薬局
TEL055-279-7661
ウエノ東薬局
TEL0554-43-9300

ウエノ塩部薬局
TEL055-255-5025
ウエノ石和薬局
TEL055-261-9393
ウエノ南薬局
TEL055-288-1122

ウエノ美咲薬局
TEL055-298-6451
ウエノ中央薬局
TEL055-223-2265
Salon de Neige
TEL090-1304-9018

★ホームページにて
店舗情報などが
チェックできます。
どうぞご覧ください!
www.ueno.vc

@ueno.pharmacy